

メニュー名	紅プディング	部門 (該当する方に☑)	<input type="checkbox"/> デザートプリン <input checked="" type="checkbox"/> デリカプリン
-------	--------	--------------	--

使用材料と必要な分量 (一人前)	〈卵液〉
	卵(半個), たし(10ml)
	水(90ml), キムチの素 <sup>(小+大)</sup>
	みりん <sup>(小+大)</sup>
	〈その他〉
	たこ(10g), 鶏軟骨(5g)
	いわしのすり身(10g)
	しらす(5g), 小松菜(広島
	菜代用。5g), 白ごま
	(適量), 白菜(1枚半)
えのま(5g), 塩こしょう	
(適量), 長芋(15g)	
天かす(適量), 七味(適量)	



料理の おすすめ ポイント やコツ	卵液の中にキムチの素を加えることでピリ辛にして、そこに白菜やすり身などを加えることで味を柔らかにし、キムチ鍋をイメージした味にしました。さらにたこ、鶏軟骨、長芋を加えることでコリコリ、トロトロ、シキシキといった食感に多用途を持たせ、食感でも楽しめるようにしました。
----------------------------	--

調理方法と調理時間	〈卵液〉	6. 器の上にえのまをおく
	1. 卵をときほかし、水とたしを加える	7. 器に卵液を泡立てないように混ぜる
	2. ガルでこしてかたまりを取り除く	8. 蒸し器から蒸気が立つくらいまで熱し
	3. みりん、キムチの素を加えて軽く混ぜる	弱火で12分、強火で3分蒸す。
		9. ぐして中央部をさし汁が出た頃合
	1. たこを小口切りにし鶏軟骨は刻む、	10. 器に天かすと4をふりかける
	小松菜も刻み、白菜を1枚うちぎしで切る	11. 最後に上から七味を適量ふりかける
	えのまは半分に切る	る
	2. 長芋をすり	
	3. たこ、鶏軟骨、長芋、いわしのすり身	
塩こしょうを混ぜる		
4. 刻んだ小松菜、しらす、白ごまを		
混ぜる		
6. 器の底につめるようにし、白菜を		
ちぎって2枚にして器にそうように入れる		